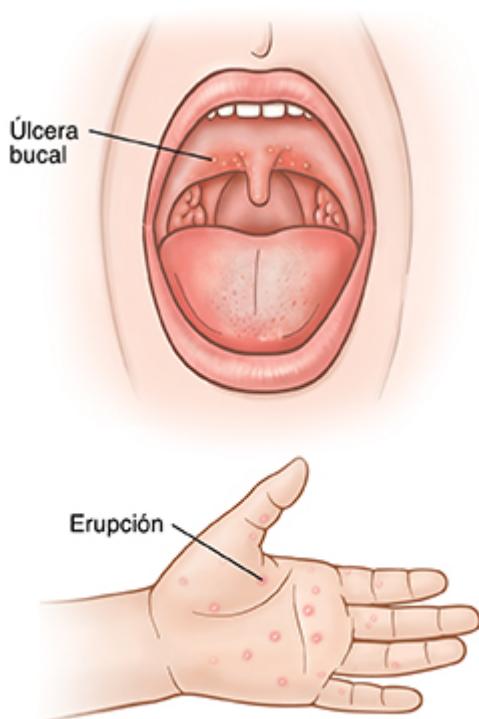


Si su hijo tiene la enfermedad mano-pie-boca

La enfermedad mano-pie-boca (EMPB) es una infección viral frecuente en los niños. Puede provocar úlceras bucales y un sarpullido indoloro en las manos, los pies o las nalgas. La EMPB puede transmitirse fácilmente de una persona a otra. Ocurre con más frecuencia en niños menores de 10 años. Pero cualquier persona puede contagiarse. La EMPB se suele confundir con la amigdalitis estreptocócica porque tiene síntomas parecidos. Aunque puede provocar algunas molestias, la EMPB no constituye un problema grave. En la mayoría de los casos puede controlarse y tratarse fácilmente en el hogar.



¿Cuáles son las causas de la enfermedad mano-pie-boca?

La causa más frecuente de la EMPB es el coxsackievirus A16. También puede deberse a otros virus de esa misma familia. Es posible que su hijo haya contraído la EMPB por una de las siguientes vías:

- **Respirar aire infectado.** El virus puede esparcirse por el aire cuando una persona infectada tose, estornuda o habla.
- **Contacto con artículos contaminados.** Algunos objetos pueden tener rastros de las heces de una persona infectada. Puede producirse si una persona infectada no se lava las manos después de defecar o de cambiar pañales.
- **Contacto con el líquido procedente de las ampollas.** Las ampollas forman parte del sarpullido. Este tipo de transmisión es poco frecuente.

¿Cuáles son los síntomas de la enfermedad mano-pie-boca?

Los síntomas suelen aparecer entre 24 y 72 horas después del contacto. Por ejemplo:

- Sarpullido formado por pequeños granos o ampollas de color rojo en las manos, los pies o las nalgas
- Úlceras bucales que tienden a aparecer en las encías, la lengua, dentro de las mejillas o en la parte de atrás de la garganta (es posible que las úlceras bucales no aparezcan en algunos niños)
- Dolor de garganta
- Un sarpullido en el resto del cuerpo
- Fiebre
- Pérdida del apetito
- Dolor al tragar
- Babeo

¿Cómo se diagnostica la enfermedad mano-pie-boca?

La EMPB se diagnostica por el aspecto que presentan el sarpullido y las úlceras bucales. El proveedor de atención médica le hará preguntas sobre los síntomas y la historia clínica de su hijo. También examinará al niño. Le dirá si es necesario hacer alguna prueba. Se realizan para descartar que haya otras infecciones.

¿Cuál es el tratamiento para la enfermedad mano-pie-boca?

No hay un tratamiento específico para la EMPB. Pero, a continuación, encontrará medidas que puede tomar en su casa para aliviar algunos síntomas. La enfermedad dura entre 7 y 10 días. El niño ya no contagiará la enfermedad a otros 24 horas después de que ya no tenga fiebre.

Dolor en la boca

- Dele ibuprofeno o paracetamol para tratar el dolor o el malestar. O use el medicamento para el dolor que le haya recetado el proveedor de atención médica. Hable con el proveedor de atención médica de su hijo acerca de la dosis de medicamento y de cuándo debe dárselo. No le dé ibuprofeno a un bebé de 6 meses o menos. No le dé aspirina a un niño de 19 años o menor que tenga fiebre. Esto podría ponerlo en riesgo de contraer una enfermedad grave llamada síndrome de Reye. Esta afección afecta el hígado y el cerebro.
- Si puede administrar un antiácido líquido 4 veces al día. Se usa para cubrir las úlceras bucales y aliviar el dolor. Pregunte al proveedor de su hijo cuánto medicamento debe darle y cuándo
 - Los niños mayores de 4 años pueden usar 1 cucharadita (5 ml) como enjuague bucal después de comer.
 - Para los niños menores de 4 años, los padres pueden ponerle $\frac{1}{2}$ cucharadita (2.5 ml) en el frente de la boca después de las comidas. No use enjuagues

bucales comunes. Pueden causar ardor.

Alimentación

- Debe seguir una dieta blanda con mucho líquido para prevenir la deshidratación. Si su hijo no quiere comer alimentos sólidos, está bien por algunos días, siempre y cuando beba mucho líquido.
- Dele bebidas frías y postres helados, como sorbetes. Son calmantes y fáciles de ingerir.
- No le dé jugos de cítricos, como jugo de naranja o limonada. No le dé alimentos salados ni picantes. Estos pueden causarle más dolor en las llagas de la boca.

Cuándo buscar atención médica

Llame al proveedor de su hijo de inmediato si presenta cualquiera de estos signos o síntomas:

- Una llaga que no desaparece en 14 días
- Aumento del dolor en la boca
- Dificultad para tragar
- Dolor de cuello
- Dolor de pecho
- Dificultad para respirar
- Debilidad
- Falta de energía
- Signos de infección alrededor del sarpullido o de las llagas, como pus, secreción de líquidos o hinchazón
- Signos de haber perdido demasiado líquido, como orina muy oscura o escasa, mucha sed, boca seca o mareos
- Fiebre (consulte "La fiebre y los niños", a continuación)
- Convulsiones

La fiebre y los niños

Use un termómetro digital para tomar la temperatura de su hijo. No use un termómetro de mercurio. Hay termómetros digitales de distintos tipos y para usos diferentes. Por ejemplo:

- **En el recto (rectal).** En los niños de menos de 3 años, la temperatura rectal es la más precisa.
- **En la frente (lóbulo temporal).** Sirve para niños de 3 meses en adelante. Si un niño de menos de 3 meses tiene signos de estar enfermo, este tipo de termómetro se puede

usar para una primera medición. Es posible que el proveedor quiera confirmar la fiebre tomando la temperatura rectal.

- **En el oído (timpánica).** La temperatura en el oído es precisa a partir de los 6 meses de edad, no antes.
- **En la axila (axilar).** Este es el método menos confiable, pero se puede usar para una primera medición a fin de revisar a un niño de cualquier edad que tiene signos de estar enfermo. Es posible que el proveedor quiera confirmar la fiebre tomando la temperatura rectal.
- **En la boca (oral).** No use el termómetro en la boca de su hijo hasta que tenga al menos 4 años.

Use el termómetro rectal con cuidado. Siga las instrucciones del fabricante del producto para usarlo de forma adecuada. Colóquelo con cuidado. Etiquételo y asegúrese de no usarlo en la boca. Podría transmitir gérmenes de las heces. Si no se siente cómodo usando un termómetro rectal, pregunte al proveedor de atención médica qué otro tipo puede usar. Cuando hable con el proveedor de atención médica sobre la fiebre de su hijo, infórmele qué tipo de termómetro usó.

A continuación, se indica cuándo llamar al proveedor de atención médica si su hijo tiene fiebre. Es posible que el proveedor de atención médica de su hijo le dé valores diferentes. Siga sus instrucciones.

Cuándo debe llamar al proveedor de atención médica si su hijo tiene fiebre

En el caso de un bebé menor de 3 meses:

- Primero, pregunte al proveedor de atención médica de su hijo cómo debe tomarle la temperatura.
- En el recto o en la frente: 100.4 °F (38 °C) o superior
- En la axila: 99 °F (37.2 °C) o superior
- Fiebre de _____ según le indique el proveedor

En el caso de un niño de 3 a 36 meses (3 años):

- En el recto o en la frente: 102 °F (38.9 °C) o superior
- En el oído (solo a partir de los 6 meses): 102 °F (38.9 °C) o superior
- Fiebre de _____ según le indique el proveedor

En estos casos:

- Temperatura en la axila de 103 °F (39.4 °C) o superior en un niño de cualquier edad
- Temperatura de 104 °F (40 °C) o superior en un niño de cualquier edad
- Fiebre de _____ según le indique el proveedor

¿Cómo se puede prevenir la enfermedad mano-pie-boca?

Cómo prevenir que su hijo transmita la EMPB a otras personas:

- Enséñele a su hijo a lavarse las manos a menudo con agua tibia y jabón. El lavado de las manos es muy importante antes de comer o de tocar alimentos, después de ir al baño y después de tocar el sarpullido. El período en que el niño más contagia es durante la primera semana de la enfermedad. Puede seguir contagiando unos días o hasta semanas después de que haya desaparecido la enfermedad.
- Su hijo debe permanecer en casa mientras esté enfermo. Pregúntele al proveedor de atención médica por cuánto tiempo deberá evitar la escuela, la guardería y jugar con otros niños.
- No deje que su hijo comparta vasos, cubiertos ni servilletas. No le permita compartir artículos personales como toallas o cepillos de dientes.